



Jag vill ge bort en prenumeration på Dagen! (1 månad 89:-)

Skicka tidningen till:
 Namn _____
 Telefon _____
 Adress _____
 Postnr _____ Ort _____
 Skicka räkningen till:
 Namn _____
 Telefon _____
 Adress _____
 Postnr _____ Ort _____

Porto
betalt

Dagen-huset

Svarspost
Kundnummer
0110 134 101

KRISTNA VÄRLDEN

Han börjar dagen med kaffe och böner

Författaren och pastorn Richard Foster låter Gud genomsyra vardagen

Av LENNART NORDIN

Hur ska man kunna bli andlig när man lever i en tid där arbete, barn och fritidsintressen tar all vår tid? Vad är det egentligen att vara andlig? Gäller det bara några av de äldre i församlingen, och så pastorn förstås?

Richard Foster är en välkänd pastor och författare från USA, som har mycket erfarenhet och råd att dela med sig av. Han har precis skrivit en ny bok om bön, och har varit på besök i Sverige.

Kvåkare och professor

Hans tidigare bok, "Vägar till glädje", har sålts i över en miljon exemplar, och är utgiven på tio olika språk. Han är kvåkare, har varit församlingsspastor, teologi-professor och leder nu "Renovare", en rörelse som försöker inspirera till församlingsförnyelse och andlig fördjupning.

Visionen har sina rötter i flera olika kristna traditioner; kontemplativ bön, helighetslängtan, karismatisk förnyelse, kamp för social rättvisa och evangelisation. Den viktigaste byggstenen är lokala bönegrupper där man för-

söker hjälpa varandra att växa på dessa fem olika områden.

Hans senaste bok, "Bön - när törsten möter källan", gick direkt upp på bestsellerlistorna i USA, och utsågs till Arets bok 1993 av tidskriften Christianity Today. Boken är en inbjudan till bön som ett sätt att gå inåt för att göra upp med vårt gamla liv, uppåt för att komma allt närmare Gud och utåt för att växa in i ett liv till tjänst för andra.

Han öser friskt från olika klassiska källor och sin egen erfarenhet, men hela tiden med fokus på vad som fungerar. Det är inte en bok om bön, utan ett sätt att börja be. Han beskriver själv hur han gick till en pastor och ville bli undervisad om bön. Pastorn bokade då flera träffar där de helt enkelt bad tillsammans.

Gud ger kraft

Richard Foster menar att det naturliga tillståndet för en kristen människa är att varje vecka erfar en påtaglig kontakt med Gud. Att Gud ger kraft för mina vardagsbestyr, och att jag får vägledning i mitt liv. Det gäller allt

från diskning, andliga gåvor till en radikal samhällskritik. Det räcker inte att tro på Gud, och gå på gudstjänster.

- Att vara andlig är ett sätt att leva, säger han. Den bästa bilden är en lärling som iakttar sin mästare och gör som han. Vi ska leva som Jesus levde, vi är ju hans kropp i dag!

Andligt liv

- Att vara andlig innebär att dra in Gud och hans kraft i alla våra vardagsuppgifter. Om vi handlar, leker med barnen eller är på jobbet spelar ingen roll, detta är ett andligt liv om vi gör det inför Gud. Gud ska fylla allt vi gör. Detta är det normala andliga livet. Gudstjänster och bönestunder tar kanske bara upp 5 procent av vår tid, så det får inte vara vårt huvudsakliga andliga liv.

- När jag skrev boken om bön ville jag pröva att göra arbetet till en andlig verksamhet. Även om jag började min arbetsdag med en bönestund, var den verkliga utmaningen att göra själva arbetet till bön, även när skrivandet



Richard Foster är aktuell med sin bok "Bön - när törsten möter källan". Foster menar att det naturliga tillståndet för en kristen är att varje vecka erfar en påtaglig kontakt med Gud.

var tråkigt och slitsamt.

Richard Fosters första råd är att alltid börja precis där vi är. Att inte vänta på att bli mer andliga, eller tills vi fått ett annat jobb, fått mer tid, känner oss mer stabila eller något annat. Sedan ska vi starta med det som ligger oss allra närmast. Det kan vara problem med barnvården, studierna, känslomässiga sår, rädsla för tandläkaren eller vad det än är som tynger oss.

Det behöver inte alls vara välformulerat eller speciellt "fromt". Vi kan börja med att ta bara fem minuter om dan där vi verkligen är tillsammans med Gud i bön.

Detta kommer sedan att växa på ett naturligt sätt så att jag kan dra in mer och mer av min vardag i gemenskapen med Gud.

Börjar dagen med kaffe

- Jag börjar själv dagen med en kopp kaffe, och detta har blivit en viktig bönestund för mig. Jag tycker om den varma koppen i min hand, och känner värmen från Gud, och dricker in hans godhet.

- Jag läser kanske en kort psaltarsalm och låter sedan tankarna gå till mina nära och vad jag ska göra under dagen. Jag avslutar sedan inte denna bönen, utan går vidare ut i min vardag med bönen som ett sätt att tänka på dem jag möter och det som sker under dagen. Bön är ett sätt att älska människor.

- Vi ska inte sträva efter det mest storslagna, Gud kan bara möta oss där vi är. Är vi trogna där, kommer vi också att få del av de andliga gåvor som vi behöver i vår gemenskap. Inget är omöjligt, men vi ska lära oss att inte bekymra oss för morgondagen.

Det gäller även andliga gåvor. Vi ska sträva efter andlig kraft för den situation vi faktiskt befinner oss i, inte för påhittade eller framtida behov.

Väcktes till liv

- I Apostlagärningarna kan vi läsa om Dorkas som var en kvinna som arbetade med att sy kläder åt änkor och andra behövande. Det beskrivs som ett barmhärtighetsverk. Hon gjorde det som verkligen behövdes och var trogen i detta, även om det kan tyckas litet och oansenligt. När hon dör visar änkorna upp det fina arbete hon gjort för Petrus.

- Han ser att hennes livsverk var viktigt och ber för henne, och hon uppstår från de döda. Hon väcktes inte till liv för att genomföra en enorm evangelisationskampanj, utan fortsatte säkert att sy kläder åt fattiga och änkor.

Richard Foster anser att den viktigaste platsen för den andliga tillväxten och mognaden är en liten bönegrupp eller samtalsgrupp. Gudstjänster kan aldrig ersätta detta, för vi behöver närhet och kontinuitet.

Kan inte gömma sig

- Jag är själv med i en liten grupp där jag varje vecka får ta upp hur jag haft det under veckan, och hur mitt andliga liv verkligen är. Där kan jag inte gömma mig bakom en pastorsroll och diskutera vad jag har för teologi.

- Alla stora väckelser har varit rotade i smågrupper. Vi måste lära oss att överlåta oss till andra människor, och ta del av deras situation, avslutar Richard Foster.